

१. "अणुव्रत आन्दोलन में मेरा सदा से विश्वास रहा है और मैं इसमें इससे बहुमुखा प्रसार की तैयारी चारा ओर से मुनता है, जो मुझे अत्यन्त प्रसन्नता होता है। इसकी सफलता का आधो-पह मानना है—आचार्य तुलसी के नवैतव्य में ६५० जीवन दानी साधु इसके पीछे लगें हैं। काम तमी होना है, जब लगन से काम करने वाले कायवता उसमें जुटें। दूसरी बात यह है—साधु-मन्त्रा के उपदेशों का ही अमर धर्म प्रधान भारतवर्ष के जन-जीवन पर पड़ता है।

मुझ सबसे अधिक प्रसन्नता तो इस बात में है कि देश में इस आन्दोलन में सावजनिक रूप से लिया है। मैं समझता हूँ कि अब लोगो में यह भावना नहीं रह गई है कि यह कोई साम्प्रदायिक आन्दोलन है। इस आन्दोलन का एक सार्वजनिक रूप हो इसके सुनहरे भविष्य का सूचक है।

व्रत तो अच्छे हैं ही, किन्तु विचारों की शुद्धि अधिक व्यापक रूप से सकती है। बुराईया का उन्मूलन तभी होता है जब मार्ग वातावरण में नतिकता की प्रति उत्साह भर जाता है।

—राजेन्द्रप्रसाद (राष्ट्रपति)

हम ऐसे युग में रह रहे हैं, जब हमारा जीवन्मा सोया हुआ है। आत्मरत्न का अकाल है और सुस्ती का राज है। हमारे घमक तेजी से भीतिवाद की ओर झुकते चले जा रहे हैं। इस समय किसी भी ऐसे आन्दोलन का स्वागत हो सकता है जो आत्मरत्न की ओर ले जान वाला हो। इस समय हमारे देश में अणुव्रत आन्दोलन ही एक ऐसा आन्दोलन है, जो इस कार्य का कर रहा है। यह काम ऐसा है कि इसकी सत्य तरफ से बढावा मिलना चाहिए।

—एस० राधाकृष्णन् (उपराष्ट्रपति)

अणुव्रत-आन्दोलन

प्रवक्तृ

आचार्य श्री तुलसी

अखिल भारतीय अणुव्रत समिति प्रकाशन

प्रकाशक —

अ० भा० अयुक्ता समिति

१५३२ चन्द्रावल राट, सब्जी मंडी
दिल्ली

दसम् सहस्ररुण १००००

१ फरवरी १९६१

मूल्य १२ नय पस

मुद्रक —

सत्य प्रिंटिंग प्रेस,

२, शिवनगर करौल बाग
दिल्ली—५

प्रकाशकोट

अंगुष्ठ धान्योत्पन्न व सफल प्रयोग को करने का त्वरित कार्य होने चले है। धान्योत्पन्न ने राष्ट्र में एक अभिनव विचार-वृत्तता पैदा की है। भौतिकता व माधन संचार ने धूमिल बने वातावरण में आध्यात्म जागृति की त्वरित विरलता का उद्देश्य देने चला है। धर्मशास्त्रों में अत्यन्त अज्ञान और अज्ञानिता के जन्म के कारण धर्म का मूल-व्यवहार प्रयोग इन धान्योत्पन्न न जन-जन व समस्त देश है। तब कि धान्योत्पन्न का धर्म है मध्यम और सच्चारित्र्य का जीवन ही वास्तविक जीवन है जिस और जन-जन को प्रेरित करने व लिये धान्योत्पन्न प्रवृत्त आचार आनुमयी एवं उच्च धान्योत्पन्न नगर ६२० परिभाषकण सत्र प्रयत्नशील है।

वर्तमान दृष्ट युगोत्पन्न परिस्थितियों के साथ-साथ युवाओं के रूप भी वर्तमान है। उन पर धर्म की जा सके एतन्म अंगुष्ठ धान्योत्पन्न व धान्योत्पन्न धर्म आदि निवृत्तनी धर्मों के आधार पर जो छोटे छोटे व्यवहार नियमों की सकलता की गई वस्तुतः उच्च विनम्रता लान-जीवन को सत्य की ओर उन्मुख व अग्रसर हान में एक पाठशाला जैसा संसार मिला है। इस योजनावद्ध महाधर्मियान ने मानव ने जो धर्म चेतना और नैतिक-शुद्धि की सद्बुद्धि पैदा की है भारत के आध्यात्मिक जागरण एवं नैतिक पुनरुत्थान के इतिहास में यह सदा स्वर्णशताब्दी में लिखा रहेगी। यह धर्म का मूल-व्यवहार बड़ा उच्चतम नैतिक धर्म धर्म के लिए है जो किसी भी नैतिक धर्म के लिए धर्मवत् नहीं।

घा'नेन' के इन बारह वर्षीय प्रमाण ज्ञान ने घा'नेन'न' नियम परम्परा को लेकर घा'नेन'न' प्रवर्तन' के समझ धनक प्रचार' के दिगार धाव' बिम्ब' बना । अतएव नियम व्यापक' अथवा अविश्वविधायक' व्यव' हाय' एवं अन्तर्गत' का मसला करने वाले बनें इन दृष्टि से समझ-गमय पर उनमें कुछ परिष्करण भी होता रहा ।

अब तक नए समझ परिष्करण को लिए घा'नेन'न' के नियमों का लोचन रूप बढ़ है जिसे पुनः रूप में प्रकाशित करने हमारी प्रयत्नता है ।

आता है, नैतिक पुनरुत्थान में निष्ठा रखा जाने पाठक हमसे नव धीका भी प्र रणा लेंगे ।

१५३२ अज्ञानम रोड

लन्डन, इंग्लैंड

मन्दा

दिनांक ३१ मार्च १९५८

अ० भा० अणुप्रत समिति

जीवन की आध्यात्मिक व नतिक सिचाई के लिए अणुव्रत-आन्दोलन एक योजना है। इसका लक्ष्य सामाजिक व राजनतिक उन्नति से बहुत अधिक व्यापक है। यह आध्यात्मिक उन्नति है। आध्यात्मिक उन्नति न केवल उच्चतम उन्नति है परन्तु सवतोमृती उन्नति है। इसमें अपना निज का हित व दूसरा का हित भी सम्मिलित है।

—आचार्य तुलसी

अणुव्रत-प्राथना

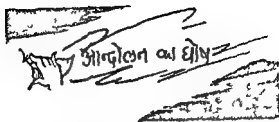
(राग—उच्च हिमालय की चोटी से)

बड़े भाग्य है भगिनी बंधुओं जीवन सपन बनाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पाए हम ॥
 अपरिग्रह अस्तेय अहिंसा, सच्चे मुख के साधन हैं ।
 सुखी देख लो सत अकिंचन सधम ही जिनका धन हैं ॥
 उसी दिशा में, दृढ़ निष्ठा से, क्यों नहीं बंदम बंटाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पाए हम ॥१॥
 रहें यदि व्यापारी तो, प्रामाणिकता रख पाएंगे ।
 राज्य-कर्मचारी जा होंगे शिस्त कभी न साएंगे ॥
 दृढ़ आस्था आदर्श नागरिकता के नियम निभाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पायें हम ॥२॥
 गृहणी हो गृहपति हो धारे विद्यार्थी, अध्यापक हो ।
 बध, बकील दील हो सबमें नतिव निष्ठा व्यापक हो ॥
 धर्मशास्त्र के धार्मिकपन को, आचरणा में लाए हम ।
 आत्म साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पायें हम ॥३॥
 अच्छा हो अपन नियमों से हम अपना संकोच करें ।
 नहीं दूसर बध बंधन से, मानवता की शान हरे ॥
 यह विवेक मानव का निज गुण, इसका गौरव गाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में अणुव्रती बन पायें हम ॥४॥
 आत्म शुद्धि के आंदोलन में तन मन अर्पण कर देंगे ।
 पड़ी जाच टा लिए व्रतो में आच नहीं आने दंगे ॥
 भौतिकवादी प्रलोभनों में कभी न हृदय लुभाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में अणुव्रती बन पायें हम ॥५॥
 सुधरे व्यक्ति, समाज व्यक्ति से उसका असर राष्ट्र पर हो ।
 जाग उठे जन जन का मानस, ऐसी जागृति घर घर हो ॥
 'तुलसी' सत्य अहिंसा की जय विजय ध्वजा फहराए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पाए हम ॥६॥

शिव्याए

जोवन की आध्यात्मिक र नतिक मित्राई व निष्कल-
 आनन्द एक योजना है। इसका सत्य मामाजिन व राजनतिक
 उन्नति से बहुत अधिक व्यापक है। यह आध्यात्मिक उन्नति
 है। आध्यात्मिक उन्नति न केवल उच्चतम उन्नति है, परन्तु
 सबनामुगी उन्नति है। इसमें अपना निज का हित व दूसरा का
 हित भी सम्मिलित है।

—प्राचाय तुलसी



आचार और विचार ये जहा दा हैं वहा एक भी हैं। इनमें जहा पौर्वापय (पहले पीछे का भाव) है, वहा नहीं भी है। विचार के अनुरूप ही आचार बनना है अर्थात् विचार ही स्वयं आचार का रूप लेता है। आप-बाणी में मिलता है—'पहले विचार और पीछे आचार।' आचार गुढ़ नहीं तो विचार कसे गुढ़ होगा? गुढ़ विचार के बिना आचार गुढ़ नहीं बनना। आचार विचार के अनुबल चलें तब उनमें द्वय नहीं रहता। विचार जसा आचार नहीं बनता, वहाँ ब दो बन जाते हैं। प्रपेक्षा है विचार और आचार में सामंजस्य पाये।

कई व्यक्ति ऐसे हैं जिनमें विचारों की स्फुरण नहीं है, उन्हें जगाने की आवश्यकता है। कई व्यक्ति जाग्रत हैं किन्तु उनकी गति समय की दिशा में नहीं है उनकी गति चलन की आवश्यकता है। कई व्यक्ति सही निश्चय में हैं किन्तु उनमें विचार केवल विचार तक ही सीमित हैं उन्हें भावना करने की आवश्यकता है।

मूल बात है—आचार गुढ़ि की आवश्यकता। 'सने' लिए विचार जागृति चाहिए। उसके लिए सही निश्चय में गति और इसके लिए जागरण अपेक्षित है।

राजनीति की धारा परिस्थिति को बदलना चाहती है और वह उसको बदल सकती है। अणुव्रत का माग समय का माग है। इसके द्वारा हमें व्यक्ति को बदलना है। परिस्थिति बदले, इसमें हमारा विरोध नहीं किन्तु उसके बदलने पर भी व्यक्ति न बदल अथवा दूसरे पथ की ओर मुड़ जाय, यह वाछनीय नहीं। सामग्री के अभाव में जा फराहता रहे, वही उसे पापर विलासी बन जाये, यह उचित नहीं। समय की साधना नहीं होगी तब यह होता है। समय का सगाव न गरीबी से है न अमीरी से। इच्छाभा पर विजय हो—यही उसका स्वरूप है। इच्छाएँ सम्भव हैं एक साथ गट भी हा, किन्तु उन पर अनुसृतो रहना ही चाहिए। शक्तिशाली और पूँजीपति वर्ग को इच्छाओं पर नियन्त्रण करता है और अधिन सग्रह को भी त्यागना है। गरीबी के लिए अधिक सग्रह के त्याग की बात नहीं आती, किन्तु इच्छाभा पर नियन्त्रण करने की बात उनके लिए भी यही ही महत्वपूर्ण है जसी धनी वर्ग के लिए है।

उठे या उच्च बहलानेवाले वर्ग के लिए यह चुनौती है कि वह सतापी बने। निम्न वर्ग स्वयं उनके पीछे चलेगा। ऐसा नहीं होना है तब तक देखा देखी या स्पर्धा मिटती नहीं।

विश्व की जटिल परिस्थितियों, मानसिक और शारीरिक वेदनाओं को पात हुए भी क्या मनुष्य समाज नहीं चेतेंगा ? जीवा की नश्वरता और सुख सुविधाभा की अस्थिरता को समझते हुए भी क्या वह नहीं सोचेगा ?

जीवन की दिशा बदलने के लिए हम सबका एक धोप होना । ए—'समय सलु जीवनम्'। अणुव्रत आन्दोलन का यही धोप है। जीवन के क्षण में क्षाति आये, उसके लिए वह नितांत आवश्यक है।

आचार्य तुलसी

अणुव्रत की परिभाषा

अणुव्रत का अर्थ है—प्रत्येक व्रत का अणु से लेकर सब व्रतों का क्रम बढता हुआ पालन । उदाहरण के लिए कोई आदमी जो अहिंसा और अपरिग्रह में विश्वास ला रखता है, लेकिन उतने अनुसार चलने की ताकत अपने में नहीं पाता, इस पद्धति या आश्रय लेकर किसी विशेष हिंसा से दूर रहने या एक हृद के बाहर और किसी काम से सग्रह १ करने का सम्बन्ध करेगा और धीरे धीरे अपने लक्ष्य की ओर बढ़ेगा । ऐसे व्रत अणुव्रत कहलाते हैं ।

—विश्वरत्नलाल ध० मशुयाला

आदि-वचन

पवित्रता की पहली मजिल

मनुष्य बुद्धि पुष्ट होना चाहता है। उसकी क्रियाएँ पहले बौद्धिक होती हैं फिर दृष्टि। इसलिए उसकी सारी क्रियाएँ बुद्धि की उपज होती हैं, फिर चाहे समस्याएँ हों या समाधान। समस्याएँ स्वयंभूत हैं निर्मित होती हैं समाधान उनसे उत्पन्न कर डूबना पड़ता है—यह परवर्तता है। जीभ पर नियंत्रण न हो तो अधिक खाने से घा जाता है। इससे भी समस्या लड़ी जाती है। आदमी रोगी बन जाता है। रोग फैल जाता है, तो उसके समाधान की खोज शुरू होती है। दवा ली जाती है, रोग घटता जाता है। फिर वही क्रम। पेट के लिए नहीं किन्तु जीभ के लिए खाना है। फिर समस्या बढ़ जाती है समाधान चाहता है। समाधान इसलिए नहीं कि जीभ पर नियंत्रण रहे किन्तु इसलिए कि जीभ का स्वाद भी मिलता रहे और रोगी होने से भावना जाय। यह है आदत की संचाली और अपेक्षा के साथ मिलवाइ।

धर्म तो सहज होता है। वह मनुष्य की बुद्धि की उपज नहीं है। बुद्धि की उपज है, उसका उपयोग। उपयोग में वचन

चलती है। बुराई करने पर मानसिक अनतोष बढ़ता है और समाधान के लिए धर्म की शरण ली जाती है, परमात्मा की प्राप्ति की जाती है और इससे कुछ शान्ति मिलती है। फिर बुराई की धारा पाँव बन्द है फिर शान्ति और फिर धर्म की शरण ! धर्म की यह शरण पवित्र और शुद्ध बनने के लिए नहीं ली जाती किन्तु बुराई का पन—यहाँ या भ्रमले जन्म में बन्नी और वहीं भी १ मिने, इसलिए ली जाती है। तान्त्रिक यह है कि बुराई करने रहने के लिए भ्रातृमी धर्म का प्रवचन शरण करता है। यही है धर्म का नाथ तिलवाड या भारद्वाज्य ।

धर्म-ग्रहण में भ्रम-समयन सधता है। उसकी मर्यादा यह है कि बुराई का मुक्ति का धर्म के लिए धर्म की शरण न ली, किन्तु उसमें बचने के लिए ली। धर्म पवित्र आत्मा में टहता है (धर्मा शुद्धस्व चिह्न) अशुद्ध शान्ति का उद्भव है—जीवन पवित्र धर्म। दैनिक व्यवहार में सदाई और प्रामाणिकता आय। धर्म की भूमिका विरसित हो।

धर्म का नयनीत

जैन, बौद्ध, ब्रह्म, इस्लाम ईसाई आदि धर्म धर्म सम्प्रदाय हैं। ये धर्म नहीं हैं धर्म को समझने की विचार धाराएँ हैं। धर्म का पीछे जैन या बौद्ध नाम की मुद्रा नहीं है। यह सबके लिए समान है। धर्म को समझने वाले तीर्थङ्कर, आचार्य और उपदेशक का पीछे सम्प्रदाय या मत चलता है।

प्रत्येक व्यक्ति की विभुति का नाम ही धर्म है। यह विभुति साधना और तपस्या से प्राप्त होती है। अहिंसा धर्म है। उसे समझने की पद्धति भिन्न भिन्न हो सकती है। उसकी वास्तविकता भिन्न नहीं है। सत्य ही। सत्य का प्रक्रिया भिन्न होने पर भी नवरात्र में कोई अन्तर नहीं होता—मात्रा धात्री-जटु मल है। अहिंसा सब धर्मों का तत्त्व है। मरत्य अतीत, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह इन्हीं स्वरूप हैं। आहार समय, मादगी आदि अहिंसा के ही चिह्न हैं। अस्तुता आत्मज्ञान साधनापारम्भ के लिए सब-मम्मन नवीन प्रस्तुत करता है, इसलिए कि मोक्षधर्म धर्म का आधारण बड़े और धर्म में नाम पर चलने वाले साम्प्रदायिक आग्रह मिट जायें।

समन्वय और सहिष्णुता की शिक्षा

‘दूसरों का अनिष्ट नहीं करूँगा’, इसमें दूसरा का इष्ट स्वयं सध जाता है। ‘दूसरों का इष्ट करूँगा’ इसकी मर्यादाएँ बड़ी जटिल और विवादास्पद हैं। कोई बड़े जीव-जन्तुओं के अष्ट-माघन के लिए छोटे जीव-जन्तुओं का अनिष्ट को दाम्य मानता है, कोई मनुष्य का इष्ट-साधन के लिए छोटे-बड़े सभी जीव-जन्तुओं के अनिष्ट को दाम्य मानता है। कोई बड़े मनुष्यों के लिए छोटे मनुष्यों के अनिष्ट का दाम्य मानता है। कोई किसी के लिए भी किसी के अनिष्ट को दाम्य नहीं मानता। इस प्रकार अनेक मतवाद हैं। इन मत-वादों को मिटाना पठित है।

। लेकर लड़ना अथम है हिंसा है। इस परिस्थिति में सही

माण यही है कि मौलिक सत्त्वा का समन्वय किया जाय, सामुदायिक रूप में आचरण किया जाय और विचार भेदा के स्थला में सहिष्णुता बरती जाय । अणुव्रत आदर्शन को एक प्रतिना है—'मैं सब धर्मों के प्रति तितिक्षा के भाव रखूँगा ।

विधि निषेध

नियमों की रचना नहीं' के रूप में अधिक है, 'हां' में कम । विधायक क्रिया की मर्यादा नहीं हो सकती । वह देश, काल, परिस्थिति और व्यक्ति की इच्छा पर निर्भर है । वह कहा, कब, क्या बिलना कर—इसकी मर्यादा सवसाधारण रूप से नहीं हो सकती । निषेध की मर्यादा हो सकती है । व्यक्ति की स्वतंत्र रहने का अधिकार है, किंतु दूसरों की स्वतंत्रता में वह बाधक न बने तब । सब लोग अपने आप पर नियन्त्रण नहीं करते, इसीलिए सामूहिक नियमों से जनता पर नियन्त्रण किया जाता है । आखिर नियमों का रूप अधिकांशतया निषेधात्मक होगा । जो स्वयं अपने पर अनुसृत रह सकता है, उसे बाहरी नियमों की अपेक्षा नहीं रहती । फिर तो निरोधक शक्ति बढ़ती है, आत्म समन बढ़ता है । कृतव्यय में पवित्रता अपने आप आ जाती है । अणुव्रत आदर्शन की मुख्य अपेक्षा यह है कि व्यक्ति-व्यक्ति में अनाचार से अपना बचाव करने की क्षमता उत्पन्न हो । फिर आचार तो उनका अपनी मायता व विश्वास पर निर्भर होगा । चरित्र की युगलम मर्यादाएं जब सबके लिए समान रूप से स्वाभाव्य हो सकती हैं, वैसे आचार या कृतव्यय की पद्धति

नहीं हो सकते। उमके पीछे भिन्न भिन्न धर्म-सम्प्रदाय के दृष्टिकोण जुड़ जाते हैं।

असाम्प्रदायिक आन्दोलन

असाम्प्रदायिक आन्दोलन किसी का नहीं धोर सबका है, किसी एक सम्प्रदाय के लिए नहीं, सबके लिए है। इसका स्वर्ण चरित्र है, इसलिए हममें अधिकार और पद की व्यवस्था नहीं है। अधिकार की मर्यादा है, आत्म-आत्मन और आत्म निरीक्षण, और पद है, 'असाम्प्रदायिक'—तात्पर्य यह करने से ही प्राप्त होता है।

चरित्र का आन्दोलन

यह आन्दोलन चरित्र का आन्दोलन है। आज विश्व का चरित्र को सबसे बड़ी आवश्यकता है। उसमें सबसे अधिक किसी वस्तु को खोया है तो चरित्र को। विश्व की दुःखद व्यवस्था का प्रधान कारण चरित्र-हीनता ही है। जीवन की आवश्यकताएँ पूरी नहीं होती तो जीवन जल्लु बनता है। इसलिए अर्थनीति के सुधार की आवश्यकता महसूस होती है। यह कोई शास्त्र नहीं होता बदल सकता है और बदलती भी है। कई राष्ट्रों में यह बदल चुकी है फिर भाव अभय और अभावित नहीं हैं। जीवन निर्वाह और विलास के साधन मुलभ होने पर भी वह गंगा नहीं है। इससे जान पड़ता है—गति का मार्ग कुछ और है। वह यही है—चरित्र का विकास है। बाहर की सब मुविधाएँ हैं पर अंदर मनाप नहीं ता गति

कहा ? बाहर की सुविधाएँ नहीं और अन्दर सन्तोष नहीं तो फिर अशांति का कहना ही क्या ? बाहरी सुविधाएँ हाँ और अन्दर सन्तोष हाँ—एसी शांति की स्थिति में भी कोई विशेष बात नहीं। किन्तु बाहरी असुविधाओं का हटाने हुए भी अगर आन्तरिक सन्तोष हाँ, तो भी शान्ति प्राप्त की जा सकती है—जना का ग्रहण में। यही जन का मम है।

सर्व-साधारण भूमिका

जीवन की सूक्ष्मतम मयादा मनुष्य के लिए समान रूप से प्राप्ति होती है—फिर चाहे वे आत्मवादी हों या अनात्मवादी, धर्म की कठोर साधना में रस लेने वाले हों या न हों। अनात्मवादी पूर्ण अहिंसा में विश्वास भन होने करें किन्तु हिंसा प्रवृत्ति है—एसा तो वे नहीं कहते। राजनीति या कूटनीति का अनिवार्य मानने वाले भी यह नहीं चाहते कि उनकी पत्नियाँ उनसे छननापूर्ण व्यवहार करें। अमत्य और अप्रामाणिक भी दूसरों से सच्चाई और प्रामाणिकता की आशा रखा करते हैं। स्थिति भला है, जिसकी साधना व्रत है। अणुव्रत आन्दोलन उसीकी भूमिका है।

अणुव्रत

अणुव्रत अर्थात् छोटे व्रत। व्रत छोटा या बड़ा नहीं होता, किन्तु उसका अखण्ड ग्रहण न हो, तब वह अणु या अपूर्ण होता है। 'अणुव्रत' जन आचार का विनिष्ट शब्द है। पतञ्जलि भी,

देश-काल की सीमा से मर्यादित अहिंसा आदि को व्रत और देश-काल की मर्यादा से मुक्त अहिंसा आदि को महाव्रत बताते हैं ।

व्रत-ग्रहण का उद्देश्य

व्रतो के पीछे आत्म बुद्धि की भावना है । ऐहिक लाभ या व्यवस्था के लिए व्रतो का ग्रहण नहीं होना चाहिए । उनके ग्रहण से ऐहिक लाभ स्वयं सधता है । व्रतो के ग्रहण का उद्देश्य तो आत्म शोधन ही होना चाहिए । समाज की व्यवस्था ही अगर साध्य हो, तो वह राजकीय सत्ता या व्रता की अपेक्षा अधिक सरलता पूर्वक हो सकती है । किंतु व्रता की भावना इससे बहुत आगे है । वह परमात्म मूलक है । उससे स्वाध और परमात्म स्वयं फलित होते हैं ।

प्रारम्भ से अद्य तक

इस वाचनक का प्रारम्भ छोटे रूप में हुआ था । यह इतना व्यापक रूप लेगा, इसकी कल्पना भी न थी । जाता न आयश्यक समझा—जन जनेतर सभी ने इसे अपनाया—यह प्रसन्नता की बात है । मेरी भावना सारकार बनी । उसमें मेरे शिष्या—साधु और श्रावको का वाछित सहयोग रहा । उन्होंने नियम तथा अन्य आवश्यक विषय भी सुभाये । आलोचको की आलोचनाओं से मैंने लाभ उठाया । ग्राह्य अन्न लिया और उपेक्षणीय की उपेक्षा की । उचित सुभावो को स्वीकार करने के लिए आज भी मैं सैयार हूँ ।

व्रत-परम्परा भारतीय मानस की अति प्राचीन परम्परा है। मैंने इसका कोई नया आविष्कार नहीं किया है। मैं सिर्फ उस प्राचीन परम्परा का जीवन-ध्यापी बनाने की प्रेरणा मात्र दी है। यह मेरा महज धर्म है। मुझे आता है लग जीवन गुट्टि के अन्त को प्राथमिकता देंगे। जन्म स्थितियों के बावजूद इन्हें अपनायेंगे। असल में जटिल तथा बिगड़ परिस्थितियों में ही अन्त का सफलता की कमीटी हाती है। कमीटी के भीतर को आसन्न करना ही अन्त को सफलता की ओर पथ बढ़ाना है।

—आचार्य तुलसी

लक्ष्य और साधन

१—अणुव्रत आन्दोलन का लक्ष्य है —

- (क) जाति, वर्ण देश और धर्म का भेदभाव न रखते हुए मनुष्य मात्र को आत्म-सत्य की ओर प्रेरित करना ।
- (ख) अहिंसा और विश्व शांति की भावना का प्रसार करना ।

२—इस लक्ष्य की पूर्ति के साधन-स्वरूप मनुष्य की अहिंसा, सत्य अचोय ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह का व्रत बनाना ।

३—अणुव्रतों का ग्रहण करने वाला 'अणुव्रती' कहलायेगा ।

४—जीवन शुद्धि में विश्वास रखने वाले किसी भी धर्म, दल, जाति वर्ण और राष्ट्र के स्त्री पुरुष "अणुव्रती" हो सकेंगे ।

५—अणुव्रती तीन श्रेणियाँ में विभक्त होंगे—

- (क) अणुव्रता धील और चर्या तथा आत्म उपासना के व्रतों को स्वीकार करने वाला 'अणुव्रती' ।
- (ख) इनके साथ-साथ परिशिष्ट सत्या १ में बतलाये गये विशेष व्रतों का स्वीकार करने वाला 'विशिष्ट अणुव्रती' ।
- (ग) परिशिष्ट सत्या २ व ३ में बतलाये गये ग्यारह व्रतों या वर्गीय नियमों को स्वीकार करने वाला 'प्रवेशक अणुव्रती' कहलायेगा ।

६—व्रत भंग होने पर अणुव्रती को प्रामादित्त करना आवश्यक होगा ।

७—व्रत पालन की दिशा में अणुव्रतियों का मार्ग-दर्शन प्रवर्तक करेंगे ।

अहिंसा प्रणुव्रत

‘अहिंसा मध्वभूयनेमक’ (जन)

(अहिंसा सब जीवा के लिए कल्याणकारी है ।)

“अहिंसा मध्वपाणान् अग्नियो ति पवुच्चति” (बौद्ध)

(अहिंसा सब जीवों का आय—परम तत्त्व है ।)

मा हिंस्यात् सब भूतानि’ (बौद्ध)

(किसी भी जीव की हिंसा मत करो ।)

अहिंसा मे मेरी श्रद्धा है । हिंसा को मैं त्याज्य मानता हूँ । अहिंसा के क्रमिक विकास के लिए मैं निम्न बातों को ग्रहण करता हूँ —

१—चलने फिरने वाले निरपराध प्राणी की सक्ल्यपूर्वक घात नहीं करूँगा ।

२—घातम-हत्या नहीं करूँगा ।

३—हत्या व तोड़ फोड़ का उद्देश्य रखने वाले दान या सस्या का सदस्य नहीं बनूँगा और न ऐसे कार्यों मे भाग लूँगा ।

४—जातीयता के कारण किसी को अस्पृश्य या घृणित नहीं मानूँगा ।

५—सब धर्मों के प्रति तनिक्षा के भाव रखूँगा—भ्रान्ति नहीं फैलाऊँगा व मिथ्या-भारोप नहीं लगाऊँगा ।

६—किसी के साथ क्रूर-व्यवहार नहीं करूँगा ।

(क) किसी कमचारी, नौकर या मजदूर से प्रति श्रम नहीं लूँगा ।

(ख) अपने शत्रुित प्राणी के खान पान व भाजीविका का क्लुप भाव से विच्छेद नही करूँगा ।

(ग) पशुओं पर प्रति भार नहीं लादूँगा ।

सत्य श्रृणुव्रत

‘सा मा सत्योक्तिं परिपातु विश्वत’ (बर्दिक)

(सत्य सम्भूत मरी रक्षा करे ।)

यद्भि सच्च च धम्मा च सा मुचा’ (बौद्ध)

(जिसमे धर्म और सत्य है, वह पवित्र है ।)

‘सच्च सोणम्मि सारभूय (जन)

(सत्य लोक में सारभूत है ।)

सत्य मे मेरी श्रद्धा है । इस प्र को मैं त्याज्य

मानता हूँ । सत्य के कमिष विकाम मे लिए मैं निम्न

प्रती को ग्रहण करता हूँ —

१—अय रित्रय मे माप-तीन मख्या प्रकार आदि के विषय मे असत्य नहीं बालू गा ।

२—जान धूमकर असत्य निगुय नहीं दू गा ।

३—असत्य मामला नहीं करू गा और न असत्य साक्षी दू गा ।

४—सौपी या धरी (बर्धक) वस्तु क निष् इन्कार नहीं करू गा ।

५—जालसाजी नहीं करू गा ।

(ब) जाली हम्नाक्षर नहीं करू गा ।

(ख) भूछा खत या दस्तावेज नहीं लिखाऊ गा ।

(ग) जाली सिक्का या नाट नहीं बनाऊगा ।

६—वचापूरण व्यवहार नहीं करेगा ।

(घ) मिथ्या प्रमाण-पत्र नहीं दूंगा ।

(ख) मिथ्या विनापन नहीं करेगा ।

(ग) अवैध तरीका से परीक्षा में उत्तीर्ण होने की चेष्टा नहीं करेगा ।

(घ) अवैध तरीका से विद्यार्थियों को परीक्षा में उत्तीर्ण होने में सहायक नहीं करेगा ।

७—स्वाध, लोभ या द्वेषवश भ्रमात्मक और मिथ्या सवाद, लेख व टिप्पणी प्रकाशित नहीं करेगा ।

अचीर्ण अणुव्रत

‘सोके मदि न तादियति तमहं ब्रूमि ब्राह्मण’ (वीज)

(जा मरुत नहीं लना उमे में ब्राह्मण बढता है ।)

‘सोमायिने आययइ भदत्त’ (जन)

(पारी वही बनता है, जा तामा है ।)

अचीय मे मेरी श्रद्धा है । चोरी को म त्याग्य मानता हूं । अचीय के क्रमिक-विधायक के लिये म निम्न व्रतों को ग्रहण करता हूं —

१—दूसरा श्री वस्तु को चोर-वृत्ति से नहा लूंगा ।

२—जान-बुझकर चोरी को वस्तु का नहीं खरीदूंगा और न चार न चोरी करने में सहायता दूंगा ।

३—राज्य विपिद्ध वस्तु का व्यापार व भायात निगम नहीं करूंगा ।

४—व्यापार में अग्रामाखिचना नहीं करूंगा ।

(क) किसी चीज में मिलापट नहीं करूंगा । जैसे—दूध में पानी, घी में बेजीटेबल, आटे में चूड़ा, अदरक में अदरक आदि में अथ वस्तु का मिश्रण ।

(ख) नकली वा असली बताकर नहीं बेचूंगा । जैसे—
कलकर माती का खरे मोती बताना, अगुद्ध घी को
शुद्ध घी बताना आदि ।

(ग) एक प्रकार की वस्तु दिखाकर दूसरे प्रकार की वस्तु
नहीं दूंगा ।

(घ) सौदे के बोध में कुछ नहीं साऊंगा ।

(ङ) तौल माप में कमी बसी नहीं करूंगा ।

(च) अच्छे माल को बड़ा काटने की नीयत से खराब या
दागी नहीं ठहराऊंगा ।

(छ) व्यापाराथ चोर-बाजार नहीं करूंगा ।

५—किसी ट्रस्ट या संस्था का अधिकारी होकर उसकी धन-
सम्पत्ति का अपहरण या अपव्यय नहीं करूंगा ।

६—बिना टिकिट रेलीदि स मात्रा नहीं करूंगा ।

ब्रह्मचर्य अणुव्रत

‘उवाचुः वा उन्नमः बभूवैर (जन)

(ब्रह्मचर्य सब तपा में प्रधान है ।)

‘मा त कामगुणे रमस्मु चित् ’ (मोद)

(हरा चित्त काम भाग में रमण कर ।)

‘ब्रह्मचर्येण तपसा देवा मृत्युमुपाप्ता (वदिव)

(ब्रह्मचर्य-तपस के द्वारा देवा ने मृत्यु का जीत लिया ।)

ब्रह्मचर्य में मेरी थढ़ा है । अब ब्रह्मचर्य को मैं व्याज्य मानता हूँ । ब्रह्मचर्य के क्रमिक विपास के लिए मैं निम्न व्रतों को ग्रहण करता हूँ —

१—पुमान् भवत्या तत्र ब्रह्मचर्य का पासन करूँगा ।

२—४५ वर्ष की आयु के बाद विवाह नहीं करूँगा ।

३—महीने में कमसे कम २० दिन ब्रह्मचर्य का पासन करूँगा ।

४—किसी प्रकार का अप्रावृत्ति भग्न नहीं करूँगा ।

५—वेदयात्रा पर स्त्री-गमन नहीं करूँगा ।

अपरिग्रह अनुव्रत

‘मा गृध कस्य स्विद्धनम्’ (वदिम)

(किसी के धन पर मत ललचाओ)

१. “इच्छाद्वा भागाससमा अणतया’ (जन)

(इच्छा भाषाश के समान अनन्त है।)

२. “तण्हक्खयो सव्व दुक्ख जिनाति (बौद्ध)

(जिसके लुप्ता क्षीण हो जाती है वह सबदुखों को जीत लेता है।)

अपरिग्रह मे मेरी श्रद्धा है। परिग्रह को मैं त्याज्य मानता हूँ अपरिग्रह के क्रमिक विकास के लिए मैं निम्न व्रतों को ग्रहण करता हूँ —

१—घपने मर्यादित परिमाण () से अधिक परिग्रह नहीं रखूंगा।

२—धूस नहीं लूंगा।

३—मत (बोट) के लिए रुपया न लूंगा और न दूंगा।

४—लोभवश रोगी की विविक्ता में अनुचित समय नहीं लगाऊंगा।

५—सगाई विवाह के प्रसंग मे किसी प्रकार के लेने का ठहराव नहीं करूंगा।

६—हेज आदि का प्रदर्शन नहीं करूंगा और न प्रदर्शन में भाग लूंगा।

शील और चर्या

मनुष्य की जीवन-चर्या जीवन-शुद्धि की भावना के प्रति-
कृत न हो इसलिए मैं निम्न कृत्यों की सख्त सख्ता हूँ —

- १—धार्मिक भोजन नहीं करूँगा ।
- २—मद्यपान नहीं करूँगा ।
- ३—भाग गाँजा तम्बाकू जर्नी आदि का खाने-पीने व
सूँघने में व्यवहार नहीं करूँगा ।
- ४—गाने-पीने की वस्तुओं की दैनिक खर्चादा करूँगा ।
बिस्ती भी दिन ३१ वस्तुओं में अधिक नहीं लाऊँगा ।
- ५—वर्तमान वस्त्रों के मियाद रंगभी धार्मिक कृमि हिंसाजय
वस्त्र न पहनूँगा और न धारूँगा ।
- ६—विशेष परिस्थिति और निर्याताग व अतिरिक्त,
वर्तमान वस्त्रों के मियाद स्थानों से बाहर बने वस्त्र न
पहनूँगा और न धारूँगा ।
- ७—असह-आजीविका नहीं करूँगा ।
(क) मद्य का व्यापार नहीं करूँगा ।
(ख) जुआ और घुड़दौड़ नहीं खेलूँगा ।
(ग) धार्मिक का व्यापार नहीं करूँगा ।
- ८—मृतक के पीछे प्रथा रूप से नहीं गेऊँगा ।
- ९—होली पर गद्द पत्ताय नहीं डालूँगा और न बदलील
य भेदा व्यवहार करूँगा ।

आत्म-उपासना

- १—प्रतिदिन आत्म चिन्तन करूँगा । ❀
- २—प्रतिमास एक उपवास करूँगा । यदि यह सम्भव न हुआ तो दो एकासन करूँगा ।
- ३—पक्ष में एक बार व्रतावसोक्त और पाण्डित्य भूलो व प्रगति का निरीक्षण करूँगा ।
- ४—किसी के साथ अनुचित या बटु व्यवहार हुआ जाने पर १५ दिन की अवधि में क्षमा-याचना कर लूँगा । -
- ५—प्रतिवर्ष एक अहिंसा दिवस मनाऊँगा । उस दिन—
 - (क) उपवास रखूँगा ।
 - (ख) गृहाचम का पालन करूँगा ।
 - (ग) असत्य व्यवहार नहीं करूँगा ।
 - (घ) बटु वचन नहीं बोलूँगा ।
 - (ङ) मनुष्य, पशु पक्षी आदि पर प्रहार नहीं करूँगा ।
 - (च) मनुष्य व पशुओं पर सवारी नहीं करूँगा ।
 - (छ) वप भर में हुई भूलों की आलोचना करूँगा ।
 - (ज) किसी के साथ हुए बटु व्यवहार के लिए क्षम-क्षामणा करूँगा ।

विशिष्ट अणुयन्त्री से कर

निष्कर्ष

१-अपने लिए प्रनिवध १०० गज सु...

का कपल नहा खरीदूंग दू-अ/अ न-

ग मही

बुन प्रश्न व मिश्रण सय २३-२०

य नहीं

२—घूँस नही दूँगा ।

३—भाय-जर विप्री-जर मी ११११ ११११

कर्म मा ।

४-राज्य द्वारा निषादित र क-दू न-त

सू गा ।

५—महा नहीं पढ़ा।

T 11

६-महारा पूजा (१-२-३३ ॥ ॥ ॥)

51

प्रकार की वस्तु

प्रकार की वस्तु

प्रवेगक श्रणुसती के व्रत

- १—चलन फिरन वाग निरपराध प्राणी की मकरपूजक घात नहीं करेगा ।
- २—सापी या घरी (बाघक) वस्तु के लिए इबार नहीं करेगा ।
- ३—दूसरो की वस्तु को चोर-वृत्ति में नहीं लूगा ।
- ४—किमी भी धाज में मिलावट कर या नकली या घसली बताने नहीं देगा ।
- ५—तौल माप में कमी-बसी नहीं करेगा ।
- ६—बदया व पर स्त्री-गमन नहीं करेगा ।
- ७—जुआ नहीं खेलेगा ।
- ८—सगाई व विवाह के प्रसंग में किसी प्रकार व लेने का ठहराव नहीं करेगा ।
- ९—मत्त (धाट) के लिए खरया न लूगा और न दूगा ।
- १०—मद्यपान नहीं करेगा ।
- ११—भाग, गाजा, तम्बाकू आदि का खाने, पीने व सूघने से व्यवहार नहीं करेगा ।

वर्गीय अणुव्रत नियम

विद्यार्थी के लिए

- १—मैं परीक्षा में अवधानिक तरीकों से उत्तीर्ण होने का प्रयत्न नहीं करूँगा।
- २—मैं तोड़ फोड़मूलक हिंसात्मक प्रवृत्तियों में भाग नहीं लूँगा।
- ३—मैं विवाह प्रसंग में रुपये आदि लेने का ठहराव नहीं करूँगा।
- ४—मैं धूम्रपान व मद्यपान नहीं करूँगा।
- ५—मैं बिना टिकिट रेलोदि से यात्रा नहीं करूँगा।

व्यापारी के लिए

- १—मैं किसी भी चीज में मिलावट नहीं करूँगा।
- २—मैं नकली को असली बनाकर नहीं बेचूँगा।
- ३—मैं एक प्रकार की वस्तु दिखाकर दूसरे प्रकार की वस्तु नहीं दूँगा।
- ४—मैं सोदे के वाच में कुछ नहीं छाजुँगा।
- ५—मैं तौल माप में बर्मी-बसा नहीं करूँगा।
- ६—मैं अच्छे माल को बड़ा काटने से नायत से खराब का दागी नहीं ठहराऊँगा।

७—मैं व्यापाराय चोर-बाजार नहीं करूँगा ।

८—मैं राज्य निषिद्ध वस्तु का व्यापार व आयात निर्यात नहीं करूँगा ।

राज्य कर्मचारी के लिए

१—मैं रिश्वत नहीं लूँगा ।

२—मैं अपने प्राप्त अधिकारों से किसी के साथ अन्याय नहीं करूँगा ।

३—मैं जनता और सरकार का पोसा नहीं दूँगा ।

महिला के लिए

१—मैं दहेज का प्रदर्शन नहीं करूँगी ।

२—मैं अपने लडके-लडकी की शादी में खप्य आदि लेने का ठहराव नहीं करूँगी ।

३—मैं आभूषण आदि के लिए पति को बाध्य नहीं करूँगी ।

४—मैं सात स्वसुर आदि के साथ बहुत व्यवहार हो जाने पर क्षमा-याचना करूँगी ।

५—मैं अश्लील व भद्दे गीत नहीं गाऊँगी ।

६—मैं मृत्तक व पीछे प्रथा रूप से नहीं राऊँगी ।

७—मैं बच्चा के लिए गाली व अभद्र शब्दों का प्रयोग नहीं करूँगी ।

नोट—प्रवचन अध्वर्युता बनने के लिए महिलाओं को कम से कम पाँच नियम अनिवार्यतः पालन करने होंगे ।

चुनाव सम्बन्धी नियम

उम्मीदवार के लिए

१—मैं रुपये-पैसे व अन्य अवध प्रलोभन देकर मत द्धर नहीं करूंगा।

२—मैं किसी दल या उम्मीदवार के प्रति मिथ्या प्रशंसा व भद्दा प्रचार नहीं करूंगा।

३—मैं धमकी व अन्य हिंसात्मक प्रभाव सत्तारोपण मतदान के लिए प्रभावित नहीं करूंगा।

४—मैं मत गणना में पक्षियां हेर-फेर करवाना नहीं करूंगा।

५—मैं प्रतिपक्षी उम्मीदवार और उसका दल प्रलोभन व भय आदि बनाकर मतदान पिलाकर तटस्थ करने का प्रयत्न नहीं करूंगा।

६—मैं दूसरे उम्मीदवार या दल से मतदान नहीं बनूंगा।

७—मैं सेवा भाव से रहित केवल मतदान नहीं बनूंगा।

८—मैं अनुचित व अवध उपचार करने का प्रयत्न नहीं करूंगा।

९—मैं अपने अधिकार (एक मत और मतदान) को इन बातों की अनुमति नहीं दूंगा।

तो

और

पर

नाया

नहीं

चुनाव अधिकारी के लिए

- १—मैं अपने नतव्य-पालन में पक्षपात, प्रलाभन व भ्रष्टाचार को प्रथम नहीं दूँगा ।

सत्तारूढ उम्मीदवार के लिए

- १—मैं राजकीय साधना तथा अधिकारी का भ्रष्टाचार उपयोग नहीं करूँगा ।

मतदाताओं के लिए

- १—मैं रुपये-पैसे आदि लेकर या दान का ठहारा कर मतदान नहीं करूँगा ।
- २—मैं किसी उम्मीदवार या दल का झूठा भरोसा नहीं दूँगा ।
- ३—मैं जाली नाम से मतदान नहीं करूँगा ।

समयक के लिए

- १—मैं अपने पक्ष या विपक्ष व किसी उम्मीदवार का असत्य प्रचार नहीं करूँगा ।
- २—मैं शान्तिव उपक्रमा से दूसरे की सभा को भंग करने का प्रयत्न नहीं करूँगा ।
- ३—मैं उम्मीदवार-सम्बन्धी भारी नियमों का पालन करूँगा ।

चुनाव अधिकारी के लिए

- १—मैं अपने स्वयं-पालन में पक्षपात, प्रसोभन व धन्याय को प्रश्रय नहीं दूँगा ।

सत्कारुढ उम्मीदवार के लिए

- १—मैं राजकीय साधना तथा अधिकारों का भव्य उपयोग नहीं करूँगा ।

मतदाताओं के लिए

- १—मैं रुपये-पैसे गाढ़ि लेकर या लेने का ठहराव कर मतदान नहीं करूँगा ।
- २—मैं किसी उम्मीदवार या दल को झूठा भरोसा नहीं दूँगा ।
- ३—मैं जाली नाम से मतदान नहीं करूँगा ।

समर्थक के लिए

- १—मैं अपने पक्ष या विपक्ष के किसी उम्मीदवार का असत्य प्रचार नहीं करूँगा ।
- २—मैं अनतिथि उपक्रमों से दूसरे की भभा को भग्न करने का प्रयत्न नहीं करूँगा ।
- ३—मैं उम्मीदवार-सम्बन्धी सारे नियमों का पालन करूँगा ।

- १२—किसी की निंदा तो नहीं की ?
- १३—किसी क माय अक्षिष्ट व्यवहार तो नहीं किया ?
- १४—अविनय भूल या अपराध हो जाने पर क्षमा याचना की या नहीं ?
- १५—जिह्वा को लालुपतावश अधिक तो नहीं खाया-पीया ?
- १६—ताश, चोपड़, केरम आदि खेला म समय को बर्बाद तो नहीं किया ?
- १७—किसी अनतिक या अवाञ्छनीय कार्यों में भाग तो नहीं लिया ?
- १८—किसी व्यक्ति, जाति, दल, पक्ष या धर्म के प्रति भ्राति तो नहीं फैलाई ?
- १९—श्रुति की भावना को भुलाया तो नहीं ?
- २०—दिन भर में कौन से अनुचित, अप्रिय एवं अवगुण पदा करने वाले काम किये ?

निष्ठाए

प्रता का पामन घातक भावना में होना चाहिए।
 प्रगुपती प्रता के पास में रहना न। यहाँ कुछ निष्ठाए भी
 प्रता हैं जिन्हें प्रता की तुष्टि के लिए निम्नर ध्यान में रचना
 चाहिए —

प्रगुपती—

- १—प्रतापन के प्रति निष्ठा व सद्भावना रख।
- २—प्रता की भाषा नर मोमि न गहर भावना से प्रता
 का पालन करे।
- ३—नर दृष्टि में बचकर ध्यायनीय काय न कर।
- ४—प्रत्येक काय करने हुए जागरण रह कि वह कार्य प्रगु-
 धिन या निष्ठ काय तो नही कर रहा है।
- ५—भूल की समझ लेन के बाद पुराण न कर।
- ६—व्यक्तिगत स्वाध्याय या प्रपन्न किसी का मम प्रगट न
 करे।
- ७—कोई प्रगुपती धन्य प्रगुपती को प्रन भग करन देखे
 तो या तो उसे वह सनेन करे या प्रपन्न को निवदन
 करे पर दूसरा म प्रचार न करे।
- ८—उत्तरोत्तर प्रताओं का विकास करे एवं दूसरो को प्रती-
 वनने की प्रेरणा दे।

अणुव्रत प्राथना

(राग—उच्च हिमाय की चाटी से)

चढ़ नाग्य है भगिना बंधन। जीवन सफ़र बनाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में अणुव्रती बन पाए हम ॥
 अपरिग्रह अरत अहिंसा सच्चे सुख के साधन हैं ।
 सुखी देव तो मन्त अविचल समय ही जिनका धन है ॥
 उसी दिशा में हृद निष्ठा में क्या नहीं बदल बटान हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में अणुव्रती बन पाए हम ॥१॥
 रठ यदि व्यापारी तो प्रामाणिकता रख पाएंगे ।
 राज्य कर्मचारी जा होगा रिक्त कभी न साएंगे ॥
 हठ आस्था आदेश नागरिकता के नियम निभाए हम ।
 आत्म साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पाए हम ॥२॥
 गृहणी हो गृहपति हो चाहे विद्यार्थी, अध्यापक हो ।
 बंध बकील शील हो सबमें, नतिक निष्ठा व्यापक हो ॥
 धर्मशास्त्र के धार्मिकपन को आचरणा में लाए हम ।
 आत्म साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पाए हम ॥३॥
 अच्छा हो अपने नियमों से, हम अपना सफ़ाव कर ।
 नही दूसरे वध बंधन से मानवता की गान हरे ॥
 यह वि क मानव का निज गुण, इसका गौरव गाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में, अणुव्रती बन पाए हम ॥४॥
 आत्म-शुद्धि के आदालत में तन मन अर्पण कर देंगे ।
 कभी जाच हा लिए व्रतो में आच नहीं आन देंगे ॥
 भातिकवादी प्रलाभना में कभी न हृदय लुभाए हम ।
 आत्म-साधना के सत्पथ में अणुव्रती बन पाए हम ॥५॥
 सुधर व्यक्ति समाज व्यक्ति में उसका असर राष्ट्र पर हो ।
 जाग उठ जन-जन का मानस, ऐसी जागृति घर घर हो ॥
 तुलसी सत्य, अहिंसा की जय त्रिजय ध्वजा फहराए हम ।
 आत्म साधना के सत्पथ में अणुव्रती बन पाए हम ॥६॥

अणुव्रत आन्दोलन

(प्रवेश पत्र)

श्रीगुरु मन्त्रो

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

१९३२ वर्षावसान १५

सर्वभूतार्थी ज्ञायो ।

प्रिय महाशय,

मैंने शाचाय श्री तुलसी दास प्रणीत अणुव्रत आन्दोलन का
मन्त्र व दत्ता का ध्यानापूर्वक अध्ययन किया है और गभीरता
पूर्वक विचार करने के बाद प्रवेश / अणुव्रती / विशिष्ट /
अणुव्रती बन रहा हूँ / बन रही हूँ । मैं इस आन्दोलन के द्वारा
व नियमों का विधिवत् पालन करना रहूँगा / करती रहूँगी ।

स्नातक

हस्ताक्षर

पूरा नाम

पिता या पति का नाम

जाति

आयु

व्यवसाय

स्थायी पता

वर्तमान पता

यह पत्र १५ दिनों में

हम अपने स्वयं का मकान बनाता है। ज़ाती बुनियाद गहरी होना चाहिए। बुनियाद यदि रेत की होगी तो ज़्यादा ही रेत ढह जायगी, मकान भी ढह जायगा। गहरी बुनियाद चरित्र की जाती है। हम जो काम हम करते हैं, वे बहुत लम्बे चौड़े हैं। इन सबकी बुनियाद चरित्र है। इस लिए बहुत अच्छा काम अछुतन आदामन में हो रहा है। मैं मानता हूँ—इस काम की जिम्मेदारी सबकी हो, उनका ही अच्छा है। इसलिए मैं अछुतन आदामन की पूरी तरफ़ से चाहता हूँ।

—जवाहरलाल नेहरू
(प्रधान मंत्री)